

**PUTERI (PROGRAM EDUKASI REPRODUKSI INTERAKTIF)
UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SMP
IT HARAPAN BUNDA SEMARANG**

LAPORAN *PROJECT*

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Tugas Akhir Berbasis
Project



Oleh
Yumna Amelia
NIM 22020122140216

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JUNI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa *Laporan Project* yang berjudul:
**PUTERI (PROGRAM EDUKASI REPRODUKSI INTERAKTIF) UNTUK
MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI PADA
REMAJA PUTRI DI SMP IT HARAPAN BUNDA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Yumna Amelia

NIM: 22020122140216

Telah disetujui sebagai **usulan** penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk *direview*

Pembimbing,



Ns. Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep. Mat.
NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Laporan Project** yang berjudul:

**PUTERI (PROGRAM EDUKASI REPRODUKSI INTERAKTIF)
UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SMP IT
HARAPAN BUNDA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Yumna Amelia

NIM: 22020122140216

Telah diuji pada 19 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Ketua Penguji,



Ns. Fatikhu Yatuni Asmara, S.Kp., M.Sc.

NIP. 198002222007102001

Anggota Penguji,



Ice Septriani Saragih, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP. 199209032024062001

Pembimbing,




Ns. Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep. Mat.

NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns. Sp. Kep. Mat., M.Kep.

NIP. 197708302001122001

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Yumna Amelia
NIM : 22020122140216
Fakultas / Departeme : Kedokteran / Ilmu Keperawatan
Jeni : Tugas Akhir Berbasis *Project*
Judul : PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di SMP IT Harapan Bunda Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia menjamin untuk mengganggu secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 19 Juni 2026
Yang Menyatakan



Yumna Amelia

NIM. 22020122140216

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Yumna Amelia
Tempat/ Tanggal Lahir : Banjarnegara, 12 Agustus 2002
Alamat Rumah : Badamita RT 05, RW 04, Kec. Rakit,
Kab.Banjarnegara, Jawa Tengah
No. Telp : 082115889223
Email : yumnaamelia123@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa *project* saya yang berjudul “PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di SMP IT Harapan Bunda Semarang ” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 12% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagai atau seluruh bagian dari *project* dan karya ilmiah dari hasil-hasil *project* tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 19 Juni 2026

Yang Menyatakan



Yumna Amelia

NIM. 22020122140216

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan wujud syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya. Atas rida-Nya pula, penulis akhirnya mampu merampungkan penyusunan laporan project yang mengusung inovasi " PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif) untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di SMP IT Harapan Bunda Semarang" sebuah rancangan edukasi yang berfokus pada pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi dan masa pubertas. Tak lupa, sholawat beriring salam semoga senantiasa tercurah kepada suri tauladan kita, Nabi Muhammad SAW, yang selalu kita nantikan syafaatnya kelak di hari akhir.

Penulisan laporan ini disusun sebagai salah satu prasyarat wajib untuk melaksanakan project akhir dalam rangka menempuh ujian jenjang Sarjana Keperawatan (S1) di Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro Semarang. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa rancangan dalam laporan ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, segala bentuk kritik, masukan, maupun saran yang konstruktif dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi perbaikan dan penulis berharap bahwa karya ini dapat bermanfaat kedepannya.

Semarang, 19 Juni 2026

Penulis,

Yumna Amelia

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur alhamdulillah ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan kemudahan-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan penyusunan laporan Project ini. Laporan ini merupakan langkah krusial dalam mewujudkan “PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif) untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di SMP IT Harapan Bunda Semarang”, sebuah edukasi yang dirancang khusus untuk mendampingi dan mengedukasi remaja putri agar tumbuh menjadi individu yang sehat dan percaya diri.

Penyelesaian laporan ini tentu tidak lepas dari bimbingan, arahan, serta dukungan penuh dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala petunjuk dan kelancaran yang diberikan, serta Nabi Muhammad SAW sebagai teladan kehidupan.
2. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat., selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan kepada penulis selama menempuh masa studi.
3. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK Undip, yang telah mendukung kelancaran proses akademik penulis.
4. Ibu Sari Sudarmiati, S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat., selaku dosen pembimbing. Terima kasih yang tak terhingga atas arahan, diskusi inspiratif, serta ilmu yang memandu penulis dalam merancang konsep Program Puteri ini hingga menjadi lebih terarah.
5. Ibu Fatikhu Yatuni Asmara, S.Kep., Ns., M.Sc., selaku dosen penguji I, yang telah meluangkan waktu, masukan, saran, dan koreksi yang sangat bermanfaat bagi laporan project ke depannya.

6. Ibu Ice Septriani Saragih, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen penguji II, yang telah meluangkan waktu, masukan, saran, dan koreksi yang sangat bermanfaat bagi pengembangan laporan project ke depannya.
7. Seluruh staf akademik dan tenaga kependidikan Departemen Ilmu Keperawatan atas kelancaran pelayanan administrasi.
8. Pihak SMP IT Harapan Bunda Semarang, para guru, dan siswi SMP yang telah bersedia membuka ruang kolaborasi dan menjadi mitra utama dalam pelaksanaan edukasi ini.
9. Keluarga tercinta: Ayah dan adikku yang selalu memberikan dukungan dan doa terbaiknya, serta suami dan anakku yang senantiasa menjadi sumber utama untuk bergerak maju dan selama menyelesaikan tugas akhir ini.
10. Seluruh sahabat dan rekan sejawat yang senantiasa kebersamai, bertukar pikiran, dan saling menguatkan dalam perjalanan ini.

Penulis menyadari laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Semoga ke depannya, project ini dapat memberikan dampak yang nyata dan positif bagi remaja puteri.

Semarang, 19 Juni 2026

Yumna Amelia

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Pelaksanaan <i>Project</i>	9
1.3.1 Tujuan Umum	9
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Pelaksanaan <i>Project</i>	10
1.4.1 Manfaat untuk Remaja Putri	10
1.4.2 Manfaat untuk Institusi/Sekolah	10
1.4.3 Manfaat untuk Profesi Keperawatan	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Kesehatan Reproduksi	12
2.1.1 Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi.....	12
2.1.2 Kesehatan Reproduksi Remaja	13
2.1.3 Pubertas sebagai Fase Kematangan Reproduksi	14
2.1.4 Proses Pematangan Fisik dan Hormonal pada Remaja Putri	15
2.1.5 Anatomi dan Fungsi Organ Reproduksi Perempuan.....	17
2.1.6 Aspek Psikososial dalam Kesehatan Reproduksi.....	19

2.1.7	Pencegahan Perilaku Berisiko.....	22
2.2	Edukasi Kesehatan melalui Program PUTERI	27
2.2.1	Penelitian Terbaru dan GAP	29
2.3	Kerangka Kerja <i>Project</i>	32
BAB III METODE PELAKSANAAN.....		33
3.1	Jenis dan Rancangan <i>Project</i>	33
3.1.1	Jenis Project	33
3.2	Sasaran Kegiatan.....	34
3.2.1	Pelaksana Kegiatan	34
3.2.2	Partisipan.....	35
3.3	Tempat dan Waktu Kegiatan	37
3.3.1	Tempat Kegiatan.....	37
3.3.2	Waktu Kegiatan	38
3.4	Sarana Prasarana	39
3.5	Pengumpulan Data	40
3.5.1	Metode Pengumpulan Data.....	40
3.6	Prosedur Kegiatan <i>Project</i>	44
3.6.1	Persiapan	45
3.6.2	Perencanaan	46
	Gambar 4. Skema alur kegiatan <i>Team Games Tournament</i>	59
3.7	Etika Penelitian.....	62
BAB IV HASIL KEGIATAN.....		65
4.1	Hasil Pengkajian.....	65
4.2	Hasil Pelaksanaan.....	67
4.2.1	Pelaksanaan <i>Pre Test</i>	67
4.2.2	Edukasi Interaktif PUTERI.....	69
4.2.3	Pelaksanaan <i>Post Test</i>	72
4.3	Analisis Hasil.....	74
4.3.1	Karakteristik Responden	74
4.3.2	Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>	75
4.3.3	Hasil Uji Statistik.....	77
BAB V PEMBAHASAN		82
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		97

DAFTAR PUSTAKA.....	101
LAMPIRAN.....	xiv

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Hasil Uji Kesesuaian Kuisisioner secara Umum	43
2.	Keterangan Skor	50
3.	Hasil Uji Validitas materi oleh Ahli	51
4.	<i>Alur Team Games Tournament</i>	55
5.	<i>Rundown Kegiatan</i>	60
6.	Perencanaan Kegiatan	66
7.	Distibusi Tingkat Pengetahuan <i>Pre test</i>	68
8.	Distibusi Tingkat Pengetahuan <i>Post test</i>	73
9.	Distribusi Frekusensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Sumber informasi (n=55)	75
10.	Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta (<i>Pre-test dan Post-test</i>)	75
11.	Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i>	77
12.	Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed-Rank Test</i>	78

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Kerangka Kerja <i>Project</i>	33
2.	Skema Rancangan <i>Project</i>	44
3.	Alur <i>team game tournament</i>	48
4.	Skema alur kegiatan <i>Team Games Tournament</i>	60
5.	Dokumentasi Pengisian Kuesioner <i>Pre-test</i>	70
6.	Dokumentasi Kegiatan Edukasi Interaktif PUTERI	73
7.	Dokumentasi Pengisian <i>Post Test</i>	74

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan	xiv
Lampiran 2.	Surat Izin Pelaksanaan <i>Project</i>	xv
Lampiran 3.	Surat Keterangan Telah Melaksanakan Tugas dari SMP IT Harapan Bunda	xvi
Lampiran 4.	Lembar <i>Ethical Clearance</i>	xvi
Lampiran 5.	Izin Penggunaan Kuisisioner	xiii
Lampiran 6.	Lembar Penjelasan Penelitian	xiv
Lampiran 7.	Lembar Permohonan menjadi Responden	xvii
Lampiran 8.	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	xviii
Lampiran 9.	Instrumen Penelitian	xx
Lampiran 10.	Soal <i>Team Games Tournament</i>	xxvi
Lampiran 11.	Media Edukasi (<i>PowerPoint, Booklet Papan Pertanyaan</i>)	xxviii
Lampiran 12	Lembar Presensi	xxix
Lampiran 13.	Data SPSS	xxx
Lampiran 14.	Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	xxxii
Lampiran 15.	Lembar Bukti Konsultasi dengan Pembimbing	xxxii
Lampiran 16.	Catatan Hasil Konsultasi dengan Pembimbing	xxxiv

DAFTAR SINGKATAN

AIDS	: <i>Acquired Immunodeficiency Syndrome</i>
ARV	: Anti Retroviral Virus
FSH	: <i>Follicle-Stimulating Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin-Releasing Hormone</i>
HIV	: <i>Human Immunodeficiency Virus</i>
HPG Axis	: <i>Hypothalamus-Pituitary-Gonadal Axis</i>
IMS	: Infeksi Menular Seksual
LCD	: <i>Liquid Crystal Display</i>
LH	: <i>Luteizing Hormone</i>
PMS	: Penyakit Menular Seksual
TGT	: <i>Team Games Tournament</i>

ABSTRAK

Yumna Amelia

PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif) untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di SMP IT Harapan Bunda Semarang.

xxxvi+ 101 Halaman + 11 Tabel + 7 Gambar+ 16 Lampiran

Kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri masih menjadi permasalahan yang dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi yang benar karena pemberian edukasi disekolah belum maksimal dimana masih menggunakan metode konvensional serta belum mendapatkan materi tentang kesehatan reproduksi di kelas VII tersebut yang dapat menyebabkan ketergantungan pada sumber tidak valid seperti internet dan teman sebaya. Kondisi ini berpotensi menimbulkan miskonsepsi, kecemasan terhadap perubahan citra tubuh (*body image anxiety*), serta meningkatkan risiko perilaku seksual berisiko.. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan dan mengevaluasi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan masa pubertas melalui Program PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif). Penelitian ini menggunakan desain *outcome evaluation* dengan pendekatan *one-group pre-test and post-test* tanpa kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 55 siswi kelas VII. Intervensi dilakukan melalui media *booklet* edukatif dan model pembelajaran kooperatif *Team Games Tournament (TGT)*. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dari kategori kurang pada *pre-test* (96,36%) menjadi kategori baik pada *post-test* (76,36%) dengan $p < 0,001$. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa Program PUTERI efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi pada masa pubertas. Disarankan bagi institusi pendidikan dan tenaga kesehatan untuk mengadopsi integrasi metode *booklet* dan permainan interaktif ini sebagai agenda pembinaan rutin yang berkesinambungan di lingkungan sekolah.

Kata Kunci : Kesehatan Reproduksi, Pubertas, Remaja Putri, Edukasi Interaktif

Daftar Pustaka: 69 (2014-2026)

Departement of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June 2026

Yumna Amelia

PUTERI (Interactive Reproductive Education Program) to Improve Reproductive Health Knowledge Among Adolescent Female at SMP IT Harapan Bunda Semarang

xxxvi + 101 pages + 11 tables + 7 figures + 16 appendices

ABSTRACT

The lack of reproductive health knowledge among adolescent girls remains a significant issue driven by limited access to accurate information. This is largely due to suboptimal school-based education that still relies on conventional methods and the lack of specific materials in the curriculum, leading to a reliance on invalid sources such as the internet and peers. This condition potentially leads to misconceptions, body image anxiety, and an increased risk of engaging in risky sexual behaviors. This study aims to improve and evaluate the level of knowledge among adolescent girls regarding reproductive health and puberty through the PUTERI (Program Edukasi Reproduksi Interaktif / Interactive Reproductive Education Program). This study employed an outcome evaluation design using a one-group pre-test and post-test approach without a control group. The sample consisted of 55 seventh-grade female students. The intervention was delivered using an educational booklet and the Team Games Tournament (TGT) cooperative learning model. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results showed a significant increase in knowledge, shifting from the poor category in the pre-test (96.36%) to the good category in the post-test (76.36%), with a p-value < 0.001. In conclusion, the PUTERI Program is effective in improving adolescent girls' knowledge regarding reproductive health during puberty. It is recommended that educational institutions and healthcare professionals adopt the integration of educational booklets and interactive game-based methods as a continuous, routine developmental agenda within the school environment.

Keywords : Adolescent Girls, Puberty, Reproductive Health, Interactive Education

Reference: 69 (2014-2026)